

摩诃止观
第八讲
(智者大师)
最尊贵的净莲上师讲解
讲于台北新店
二〇一五年八月二十三日

各位法师！各位居士大德！阿弥陀佛！

一心三观修得如何？用得上吗？好用吗？有没有试试看？一般就是对你最执着的，这样的一个对象来练习，看你什么还看不破、放不下的，这样的一个对象来观，他是因缘所生、他是生灭无常、他并不是真实有，不管你最在意的是事业、家庭、子女，还是动产、不动产，都一样。把它作为你的所观境，明白它不是真实有的，不是真实有的怎么观？就是「空观」。

只要生灭无常的有为法，都不是真实存在的。所以「空观」等于是泯一切相，泯就是消除，消除一切相。消除一切相，不是一切相没有了，而是消除对一切相的执着——以为它是真实的，主要是对「有」的执着，我们用「空观」来破。所以「空观」它主要就是泯一切相，可以泯除一切相，也是达到所谓的「无相」。泯一切相，不是什么都没有，它还是有事业、家庭、子女、动产、不动产，还是有，只是它不是真实有。所以我们又要从空出假，来一个「假观」。

「假观」又是立一切法，立一切相。但是这个时候，立一切相就不是原来的那个以为一切相是真实有的，就不一样了。所以这个时候再立，是从空中再生出一切法来。所以一切法从哪里生起？也是从空性当中生起。所以，又能够立一切相，但是这时候的一切相、一切法，就是幻有、假有，不是真实有。所以在泯一切相的同时，又能够立一切相，这样是不是空有不二？就是中了，就是「中观」。

所以在一切有为法的当下，我们可以泯除一切相，不要把它当作是真实存在的。但是，泯一切相的同时，并不是表示没有一切相的存在。宛然存在，好像梦境，好像镜中相一样的，如幻假有。所以等于是泯一相的同时，又能够立一切相，是不是空有同时？这样有没有比较明白？所以不是说这一切现相界都不是真实存在，然后就都没有了，不是，如幻假有。如幻假有的同时，又明白它是性空的；性空的同时，又能够生起一切如幻假有的法，这就是「一

心三观」。

我们再练习看看，你们就可以把你最执着的对象拿来好好的观一观，看可不可以当下把他观破。当下一念心当中，同时具足空、假、中三观。

（练习一心三观）

好，我们练习到这里。

我们上一堂介绍到慧思大师，他在精进用功了三个月之后，起大忏悔。觉得自己三个月空过时日，然后也没证果，所以就在他要靠墙壁，还没靠到的那一刹那，就顿悟法华三昧，彻悟一切大小乘的法门。这一段纪录是告诉我们什么呢？

第一个就是精进用功至少三个月才会有效果。就是我们平常每天早上坐一坐，晚上坐一坐，效果才刚刚开始，然后又要去开始忙了。像早上坐完就冲出去上班，或者是忙红尘俗事，所以效果不是很好。尽管是有一个礼拜能够好好地用功的话，也是效果没办法持续。大家有精进一个礼拜就知道，前面三天就是还在混乱当中，第四天、第五天好不容易好一点，第六、第七天就出来了，所以也是很快又打回原形。所以，至少要三个月，它的原因就是，你要调身调心，还要契入你所修的法门，至少需要三个月的时间。因为前面可能就调身就要调很久，因为我们原来一定是四大不调，五脏六腑也不是很健康，所以前面都在调身调身。然后心也是从那个胡思乱想、妄念纷飞，一直到好像慢慢可以宁静下来，它也需要一些时间。所以，光是调身调心的时间就已经很长了。身心都调好之后，你才可能契入境界，不管你今天修的是什么法门。契入境界到跟这个境界相应，也差不多两个月过去了，三个月，再继续用功看三个月可不可以有一些小小的成就。所以我们就知道，三个月它是最短最短的期限了。

至于有些是三年，三年的话就是我们全身的细胞死亡再生、死亡再生，全身的细胞，不同部位的细胞，生跟死的、新陈代谢的时间不太一样，有脑细胞，还是全身的各个的细胞，他的生死的期限是不一样。可是你要全身的，所有的细胞全部换完，就是需要三年。脱胎换骨，每个细胞都全部转成新的，全部转成新的应该是比之前好，然后健康。因为你在专修，你在闭关，所以你要把原来那种生病的、不健康的细胞全部转换成健康的，然后充满慈悲智慧的细胞，就需要三年的时间。所以三年为一个期限，也是有他的理由。全

身要全部新陈代谢，全部走完一遍，需要这么长的时间。这是第一个告诉我们的重点，就是有机会的话，专修或者是闭关，是比较能够快速成就的一种方法。

第二个告诉我们的是什么？「大忏悔」。为什么起大忏悔之后，马上就彻悟法华三昧，顿悟一切大小乘的法门呢？重点就在这个「大忏悔」。它是最快速的消灭我们业力的种子，让业力的种子最快速清净的方法，就是「大忏悔」。所以这个忏悔，不是「大忏悔」，「大惭愧」，讲错了，起大惭愧心。当然这个「惭愧」跟「忏悔」它有直接的关系，像我们都知道，做错事情要忏悔，可是会不会很快又犯了？听说忏悔可以重报轻受、长报短受，所以我做错事情，身口意三业有违犯的时候，我就赶快忏，是因为能够怎样？做生意的心理，能够长报短受、重报轻受，这样子效果也是不好的。就算没有这个做生意的心理的话，也是你忏悔完不久以后还是犯同样的错误。那你就会说，我也不想这样啊、我也没办法呀、我的习气太重、我的业力太重，然后又唬弄过去了，可是还是一样，效果不好。我们现在就知道，原因出在哪里了。出在哪里啊？为什么忏悔忏完了又犯了？问题出在哪里？（没有起惭愧心）是的。重点就在我们现在讲的一没有起大惭愧心。就想说我做错我就忏，忏就是忏以前已经造的，我忏希望它能清净；悔就是我不要再犯，不要重复犯同样的错误。所以我忏过去已经造的，因为已经造的来不及了，然后我再提高警觉，不要再犯同样的错误。可是，如果效果还是不好的话，就是没有起惭愧心，没有真正的起惭愧心。

什么叫惭愧心呢？大家念完百法都知道，什么叫惭愧心？惭自愧他，惭是对自己，觉得对自己交代不过去；愧就是愧对他人。我对不起自己，又对不起别人。我对不起自己的修行，或者是我虽然是很努力想要持戒清净，但是我还不断不断地会犯。那是因为我的无明也没破，然后我的见思烦恼，然后尘沙烦恼都还在，惭愧自己没有除这个三惑。虽然学佛修行这么久，但是我的修行今天自己检查一下成果怎么样呢？我是不是很愧对自己的修行？那我要愧对谁呢？惭自愧他，他是佛陀、释迦牟尼佛，这么慈悲说法四十九年。他老人家就是所有的法门都传完了，小乘、大乘、金刚乘全部都讲完了，上根、中根、下根，不管你是什么根性，三根普被、利钝全收，所有的法门都传完了，可是为什么我们还是没办法证果？没办法成就？所以我就是愧对

佛陀这么样的慈悲说法。也许我也没有真正地发菩提心，然后也没有真实地生起出离心，所以我也是愧对，从佛陀、诸佛、菩萨，到善知识、上师、师父都有愧。如果我们这样想的话，能够比较快速地清净我们那些业力，或者是烦恼的种子，它效果会比较好。可是我们都是说，我忏悔然后就完了，也没有说对自己交代不过去，然后也没有说佛陀不好意思。就是我不管修什么法都没有成就，那是不是要有一些惭愧，生起惭愧心。

所以这一段故事，就是告诉我们这几个重点。就是长时熏修，能够闭关或者是专修的效果会比较好。然后当我们破戒，或者是有违犯的时候，我们要起惭愧心，真正的起惭愧心，消灭业力种子的效果会比较快速一点。

在成就了这些法门之后，就开始专弘大乘。起先就是在河北一带宣说大般若经为主，以大乘的止观为修行的法门。我们也说到，他不断不断受到北方论师的毒害。除了这个法门的的关系，就是他宣说的是大乘止观的法门，跟当时的声闻乘的法门是不同之外，说的是大乘般若性空的思想跟当时小乘的思想不同之外，还有一个很大的原因就是慧思大师的徒众日益增加，虽然战乱不断。因为我们知道慧思禅师他在弘法的这段期间，他有一个转折点，就是在大苏山，还有光州，到大苏山，这个前后的十四年当中，也就是公元554年到568年，这十四年当中是慧思禅师佛法事业，还有止观学说一个很重要的转折点。

我们知道光州就是在陈，还有北齐两国的边境，边境就是战火不断，虽然战火不断，可是学子慕名而来的这些佛子，勇猛地躲过炮灰，就是炮火，不断不断地投奔在慧思禅师的门下。因为他们都认为是重其法、轻其身，轻其身而重其法，就是他可以轻视自己的生命，但是他最重视的就是佛法，我一定要听闻到佛法，听闻到正法，听闻到大乘法，就是这样的一个决心。就是忽夕死、庆朝闻，就是傍晚突然就这样子走了，可是我很庆幸早上能够听闻到佛法。就是这样的一个心情，所以从各地不断不断地越过边境到慧思禅师的门下。人数有多少呢？书上形容充满了整个山林这么多的徒众，也是因为信众那么多，所以北方论师他的徒弟愈来愈少，都跑到慧思禅师的门下去，所以他才会想要毒害慧思禅师。

这个时候二十三岁的智者大师，他也是慕名前来亲近慧思大师，一见到慧思大师，慧思大师就赞叹说：「你我昔日同听《法华》，宿缘所追，今复来

矣！」你我在过去世一同在灵山会上同听《法华》，我们是同学，一同听佛说《法华经》。就是这样的一个宿缘，宿世的因缘所迫，你现在又来了，就是说我们又见面了。这个就是灵山亲承的，我们说天台的传承，这是灵山亲承的由来就是这样子来的。

智者大师亲近慧思大师最主要学习的就是般若的「一心三观」，还有《法华经》的「法华三昧」，以这个为主。所以有一次，智者大师诵《法华经》，诵到：「是真精进，是真法供养如来。」恍惚之间，还看见灵山法会，俨然未散，然后就进入一种说不出的境界来，微妙的境界。这时候慧思禅师就说：「非汝莫证，非吾莫识，此乃法华三昧的前方便，此乃初旋陀罗尼。」这段话的意思就是说，这么多莘莘学子当中，只有你最有资格证到这样的一个境界——法华三昧的前方便。所以是「非汝莫证、非吾莫识」，这么多的禅师当中也只有我最有资格，因为我是过来人，我曾经彻悟法华三昧。所以我现在才能真正识得你真的是什么境界，就是法华三昧的前方便。就是非你莫属，也非我莫属这样的意思。

什么叫「初旋陀罗尼」呢？「陀罗尼」我们都知道，它是「总一切法，持无量义」，叫做「总持」。「陀罗尼」就是「总持」的意思，它能够总摄，然后忆持，忆念保持无量的佛法，在你的心中不会忘失，它就是一种念慧力的成就。像我们一听完「一心三观」，回去就忘失了，那是因为我们没有证到「陀罗尼」。所以只要证到「陀罗尼」的人，他能够总摄一切佛法，不管你所说的是小乘、大乘、金刚乘，还是任何的法门，他全部能够总摄到他的心中，而且还可以忆念保持不会忘失。我们从学佛到现在，听了多少佛法，有没有办法忆念保持不忘失呢？没办法。也是因为我们没有证得「总持」，是正常的。所以不但能够总摄一切的佛法，还能够忆念保持无量佛法的义理不会忘失，这个我们就称为「陀罗尼」。

为什么叫做「旋陀罗尼」？它叫做初步的「旋陀罗尼」，这个「旋」的意思就是说一切法可以总摄到你的心中，然后你又可以旋转出一切法，为众生来宣说。无量的妙义，佛法任何的义理，也可以旋转到你的心中，就是总摄忆念保持到你的心中，然后再旋转出来。所以你就能够对不同的对象宣说不同的法门，绝对不会错误。你知道他的根性，然后现在当下的因缘最适合什么法，这个就是「旋陀罗尼」它的效果，它的成效。所以智者大师他有这

样一个证悟了之后，从此以后在大众当中能够自由自在地佛法，口若悬河，辩才无碍，我们就知道，他是这样子来的，他是证得「旋陀罗尼」来的。

智者大师他是出生在梁武帝时代的人。梁武帝那时候最盛行什么？我们大家都很清楚，就是做功德，建庙、度出家人。所以他是公元538年，梁武帝的那个时候出生的，出生在湖南华容县。出生的时候一定要不一样，所以他出生的房间就放光。书上记载的就是光明满室，就是说光充满了整个房间，房间能够放大光明，就说出他出生跟一般的小孩是不一样的。七岁的时候就能够背诵《普门品》等等的经，所以大家都叫他小神童，这么小就能够背经。在十八岁的时候，就在湖南长沙的果愿寺出家，随慧旷律师受具足戒。这个时候学习的就是《方等》《摄大乘论》《唯识论》《金光明经》等等这些经论。

在受具足戒不久就到大显山去专修，闭门专修《法华经》《无量义经》《普贤观经》，所以就有一些体悟在心中。当他二十三岁亲近慧思禅师的时候，为什么马上得到慧思禅师的赞赏的原因就是除了宿世因缘所追之外，他也在大显山对《法华经》闭门修行，也是有一些心得在里面，所以才会得到这样的一个赞叹。

智者大师亲近慧思禅师七年之后，慧思禅师就嘱咐智者大师下山，就是说希望他能够传灯化物、续佛慧命，继续弘扬大乘佛法，还有大乘的止观。第二年，慧思禅师也到南岳衡山，从此以后他们师徒就很少见面。所以我们就知道，智者大师从慧思禅师那边传承的，是他早期的思想。在南岳衡山之后，因为很少接触，他弘扬的是主要是前期的止观的思想，然后他也在慧思禅师那边学习到了北方禅师那种坚毅笃实的实践风范。

北方就是以禅坐、禅修为主；南方义学，义学就是讲义理的，用讲的，学佛修行比较偏重在讲义理，比较忽略实修。北方就是没有跟你讲这么多，就是打坐修行，也跟他们的气候有关系。他们秋天收成之后，一个寒冬这么长，要到第二年的春天才再耕种，所以这么长的时候做什么呢？打坐最好。所以北方重禅修的原因，也是跟气候有关系。外面在下雪，里面在禅修也是身心很温暖，然后也容易有一些证悟。所以北方这种笃实的禅修的风范，智者大师就是在慧思禅师身上学到了这种坚毅，然后笃实实践的止观风范。智者大师是南方人、湖南人；慧思大师是河北人。一个南下，一个北上，也是开创了南北学风统一的先河。

说到他们师徒俩分开之后，智者大师就应当时陈宣帝的邀请，进入瓦官寺来说法。这个时候说的主要是《大智度论》，还有《法华经》，以这个为主。我们刚才说了，南方重义学所以忽略禅修。所以这个时候智者大师也想为这些南方的学者，告诉他们怎么很有次第地来修习止观，所以这个时候智者大师说的是《释禅波罗蜜》。

《释禅波罗蜜》就是以禅为主，释禅就是解释禅定，禅定波罗蜜就是《大智度论》里面讲到禅定波罗蜜。主要是讲禅定波罗蜜怎么来实践，所以他就是以禅为主。那《释禅波罗蜜》我们也刚刚修完，也讲完，我们就知道整个《释禅波罗蜜》的架构就是以禅为中心。它分成「世间禅」、「亦世间亦出世间禅」、「出世间禅」，还有「非世间非出世间」，这个部分智者大师是没有讲的，但是他当初的架构是把禅分成这四个内容，他只说了三个内容。「世间禅」就是四禅、四无量心，还有四空定，这个我们都修过了；「亦世间亦出世间禅」，我们也修过了，就是六妙门、十六特胜、通明禅；「出世间禅」，我们也修过了，对不对？观禅、练禅、熏禅、修禅。有没有？从八背舍一直到超越三昧，这全部的内容是属于「出世间禅」。我们就知道，智者大师是很有次第地来介绍禅法，大乘的禅法。

那为什么说《大智度论》？《大智度论》我们才讲了一点点，还没讲完。《大智度论》就是他主要是有般若的系统、般若的学说在里面，又有止观的实践在里面。所以我们看《释禅波罗蜜》大部分的八背舍、八胜处，到十一切处，《大智度论》里面都有，《大智度论》里面把所有的止观的内容也是说得非常非常地清楚。所以我们就知道，智者大师他是一面讲《大智度论》，一面带大家修习止观。这个就是智者大师在金陵瓦官寺弘法八年，就这样过去了。

他经常感叹，随着时间一年一年的过去，他感叹什么呢？学习的人愈来愈多，但是能够领悟的人愈来愈少。他是觉得如果是这样下去的话，效果并不是很好，你要利他的话，可是领悟的人这么少，效果不好，再加上忙碌对自己的修行也有一点点的耽误。不过朝野上下大家都挽留，毅然决然决定到天台山去隐居修行。所以他弘法了八年之后，就进入天台山。天台山他待了九年，主要是做什么事呢？白天为大众宣说佛法，晚上带领大众，大家一起来修止观。

所以在这个期间，就是金陵弘法八年，到天台山隐居这个中间，第一个讲的是《释禅波罗蜜》，第二个讲的就是《六妙门》，它是不定止观。《释禅波罗蜜》是渐次止观，它是很有次第地来介绍止观，是以禅为主。第二部不定止观—《六妙门》，他就是以止观为主，有止有观。为什么会有《六妙门》的产生呢？最主要就是早期传入声闻乘的安那般那数息法，然后再加上《法华经》的开权显实，所以他就把不定止观，这个《六妙门》每一门都可以进入实相，就是受到了《法华经》开权显实。开权法，权法就是方便善巧，最后的目的是什么？全部都要归在实法，中道实相。受了这样一个《法华经》的影响，所以他就宣说了《六妙门》。以早期的声闻安那般那为基础，加上《法华经》的思想进入在里面，所以《六妙门》的每一门都可以证果的原因在这里，都能够趋入实相，这就是第二部讲的《六妙门》。

第三部他讲的是小止观，《天台小止观》，小止观就是介于《释禅波罗蜜》跟《摩诃止观》中间，所以思想上他是《释禅波罗蜜》为主，但是形式上是《释禅波罗蜜》的那种修行。思想上有《摩诃止观》、圆顿止观的思想为形在里面，也是以止观为主。所以我们就知道，《六妙门》跟《天台小止观》是以止观双修，定慧等持，为主要宣说的内容。

在天台山苦修，为什么说他苦修呢？就是白天宣说佛法，然后晚上带大众来修习止观，过的是头陀行，就是苦行的生活方式。所以九年等于是在修头陀行，头陀苦行。过着跟猿猴为友，白云为伴的苦行生活，书上是这样记载的，这样子过了九年。那为什么会离开的因缘呢？就是朝廷不断地召请智者大师，说你天台山也待了这么久了，都快十年了，你再回到京里来弘法吧！这样请一次，他拒绝了；请两次，拒绝了；三次、四次，都拒绝了；五六七八次，终于答应说好吧！就再回金陵弘法。这个时候他说的还是《大智度论》，还有因为朝廷，又多讲了《轮王经》之类，所以还是以《大智度论》为主，主要宣说的内容。

这样子一直弘法到他四十八岁，一直到五十六岁，所以又过了八年。智者大师有三大部，你们听过吗？《法华文句》《法华玄义》，还有《摩诃止观》，这个又称为智者大师的三大部。所以他第二次到金陵弘法，他还讲了《法华文句》，文章的文，句子的句。之后，他五十六岁的时候，到湖北扬子江附近有一个玉泉山，在玉泉山建了玉泉寺。在那边继续讲《法华玄义》，还有

《摩诃止观》，是在这个时候讲的，他晚年的时候讲的。据说，玉泉寺现在还留有毗庐殿、大雄宝殿、东西禅堂，还有智者大师说法台，据说现在还可以看到这些。

等到五十七岁的时候，智者大师就到扬州讲《维摩经》，五十九岁的时候回到天台山，六十岁的时候就圆寂，所以他享年只有六十岁。五十六岁、五十七岁在玉泉山玉泉寺。五十八岁到扬州讲《维摩经》，五十九岁回天台山。六十岁也就是公元597年，因为他是538年出生的，597年刚好六十岁，十一月二十四日，他为大众宣讲观星论，讲完之后，他就在石城寺，石头城的石城寺，也就是天台山的西门，在弥勒圣像的面前结跏趺坐，就这样子安详地圆寂，这就是很简单地介绍智者大师。因为我们现在学习天台止观，就要对天台的每一位祖师有一些认识，然后知道他们是怎么用功，对我们的修行也会比较有信心一点。

我们今天时间到了，就讲到这里。

愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。